

## 68. Il digiuno

Atti 13: 1-3; Isaia 58

Probabilmente non è mai capitato di pensare di scrivere una vera e propria lettera a Dio. Paolo afferma che noi siamo una lettera vivente. Di questa lettera i contenuti sono: un carattere santificato dalla grazia di Dio mediante lo studio della Parola di Dio, la preghiera e il digiuno.

**Digiunare** (Ebr. som; gr. nestéuo) digiuno (gr. nestéia), che non mangia - essere privo di cibo o fare ameno del cibo. Che cos'è il digiuno? Quali sono le sue origini? Perché digiunare?

### A. Il digiuno nel mondo pagano

I pagani digiunavano:

1. per timore dei demoni;
2. come misura efficace per prepararsi all'incontro con le divinità;
3. in segno di lutto;
4. per la buona riuscita nella magia.

Inoltre, era richiesto in certi riti della fertilità. Ad Atene 'e nesteia' è il nome dato al giorno del digiuno, celebrato nella festa della fecondità della donne, nel mese di ottobre. L'astinenza sessuale rendeva più ricettivi le forze divine della fecondità.

### B. Secondo al Parola di Dio si digiuna:

1. per un intenso rapporto con Dio - Es. 34:28; Dt. 9:9; Dn. 9:3
2. quando il singolo era tormentato da gravi preoccupazioni - 2 Sam 12: 16-23; 1Re 21:27; Sl. 35: 13; 69: 5-12
3. in vista di una minaccia di guerra di un pericolo o di una distruzione – Giud. 20: 26; 2Cr. 20:3; Est. 4:16; Gio. 3: 4-10; Giol. cap 1, 2
4. per la buona riuscita del rimpatrio - Esd. 8: 21s
5. in segno di espiazione - Neh. 9:1
6. in connessione alle lamentazioni funebri - 2Sam. 1: 12

Il digiuno era accompagnato dalla preghiera, dalla confessione dei peccati e dall'invocazione della protezione divina (Ger 14:11s; Neh. 1:4; Esd. 8:21).

Nel periodo dei profeti maggiori: Isaia e Geremia, il digiuno perse il suo significato spirituale, per assumere sempre più forme degenerate (Is. 58: 3 - 7; Ger 14: 12).

Ai tempi di Gesù (i farisei digiunavano due volte la settimana: il Lunedì e il giovedì) il digiuno aveva assunto un significato formale, esibizionista, un esercizio religioso (Mt. 6: 16-18). Non era praticato davanti a Dio che abita nel segreto e «vede nel segreto», ma davanti agli uomini.

“Nelle elemosine, nelle preghiere e nei digiuni, nulla deve essere fatto per attirare l'attenzione o per ottenere lodi... Nel digiuno non si deve chinare il capo e nello stesso tempo nutrire sentimenti di egoismo... solo colui che si consacra pienamente a Dio riesce a rendergli un culto accettabile” (La Speranza dell’Uomo, p. 217).

In At. 13: 3 e 14: 23 si racconta che nella comunità cristiana la preghiera veniva rafforzata col digiuno. Si può concludere che mediante il digiuno si sottolineava la serietà della preghiera e dell'incontro con Dio.

### **C. Tempo del digiuno e modalità**

Essendo il digiuno come un ‘Sabato dedicato all’Eterno’, lo si deve vivere dal tramonto al tramonto (Giud. 20: 26). In Ester si parla di 3 giorni di digiuno (Est. 4:16). La legge imponeva il digiuno soltanto nel giorno dell'espiazione (Lv. 16: 29 - 31; 23: 27 - 32). Durante il digiuno si può bere dell'acqua.

### **Conclusione: significato Spirituale**

1. Umiliazione dell'uomo nel cospetto di Dio (i Niniviti);
2. Segno è simbolo del ‘non ancora’ - la chiesa reclama con intensità il Ritorno di Cristo;
3. Distacco dalla realtà terrena, da tutto ciò che è ciclico come il mangiare, il giocare ecc., per vivere momenti di profonda spiritualità.

È segno di cordoglio, di dolore, di ricerca intensa di Dio, del suo perdono; è segno di umiliazione, di confessione, d'intercessione, di profonda consapevolezza della propria impotenza, fragilità. Il digiuno è bisogno di Cristo e dono di sé al mondo, è atto di culto reso a Dio. È raccogliersi intorno alla croce col desiderio profondo di non staccarsene mai, offrendo la propria vita come atto di adorazione, di pentimento, di confessione e di intercessione (Neh 1: 1-11). Vivere il digiuno significa afferrare Cristo, tenerlo stretto nel cuore, non lasciarlo andare via senza avere ricevuto prima la benedizione divina (Gn. 32: 24-32), perché il nostro essere, la nostra vita, la nostra capacità di pensare, di agire, di proseguire nella vita in vista della beata speranza, dipendono da Dio.